



5. Februar 2012

Interview mit Evi Geiger aus Stuttgart

Eveline Geiger hat alle Hände voll zu tun: Vier Kinder im Alter von sechs, vier, zwei Jahren und sechs Wochen benötigen ihre uneingeschränkte Aufmerksamkeit. Um das Familienleben noch harmonischer zu gestalten, entschied sie sich für das ELTERN-ONLINETRAINING.

1. Aus welchem Grund haben Sie sich für das ELTERN-ONLINETRAINING entschieden?

Eveline Geiger: Ich habe mich für das ELTERN-ONLINETRAINING entschieden, weil es für mich praktisch war, von zu Hause aus im eigenen Tempo zu trainieren und ich nicht erst einen Babysitter organisieren und noch irgendwo hinfahren musste. Wenn ich mal Lust hatte, mehr zu machen, habe ich einfach zwei Stunden oder mehr trainiert, andererseits konnte ich aber auch keine festen Termine verpassen, wenn ich mal eine Woche lang keine Lust oder Zeit für das ELTERN-ONLINETRAINING hatte.

2. Hat Sie das ELTERN-ONLINETRAINING überzeugt? Wenn ja, inwiefern?

Eveline Geiger: Ja, da ich die verschiedenen Anregungen direkt in unserem Familienalltag ausprobieren konnte und auch erste Erfolge beziehungsweise positive Veränderungen in unserem Familienleben feststellen konnte. Im Gegensatz zu einem Vortragsabend zu einem Erziehungsthema, bei dem man zwar auch was mitnimmt und sich vornimmt, es im Alltag umzusetzen, hat es mir geholfen, beim ELTERN-ONLINETRAINING über einen längeren Zeitraum an der Sache dranzubleiben.

3. Bei welchen konkreten Punkten hat Ihnen das Training geholfen?

Eveline Geiger: Das ELTERN-ONLINETRAINING hat mir geholfen, die Probleme meiner Kinder ernst zu nehmen, aber sie nicht gleich zu meinen eigenen Problemen zu machen. Dadurch komme ich selbst nicht unter Druck, mir ständig Lösungen einfallen lassen zu müssen und kann entspannter mit meinen Kindern umgehen.

Interview mit Daniela F.*

Ehefrau und Mutter von zwei Kindern im Alter von 5 und 2 Jahren

4. Warum haben Sie am ELTERN-ONLINETRAINING teilgenommen und was haben Sie sich davon versprochen?

Daniela F.: Ich hatte vor einiger Zeit das Buch „Familienkonferenz“ von Thomas Gordon gelesen und wollte unbedingt mehr von diesem Thema wissen. Nach meiner Recherche bin ich auf Kay Rurainski gekommen und habe ihn damals kontaktiert. Seither habe ich seinen Newsletter bekommen und auf eine günstige Gelegenheit gewartet um einen Kurs zu machen. Die Idee mit dem Online-Training hat mich sofort begeistert. Es birgt einfach enorme Vorteile: kein Babysitter, in Ruhe zu Hause bei Kaffee in gemütlicher Umgebung lernen und vor allem die eigene Zeiteinteilung oder auch die Wiederholungen, wann und so oft ich sie brauche. Mit diesem Training habe ich gehofft, das „Grundrezept“ für eine gute Erziehung zu bekommen. Einzelne Themen wurden im Buch angesprochen, nur die Umsetzung konnte ich mir nicht genau vorstellen. Mein größter Wunsch war einen besseren Draht zu meinen Kindern zu bekommen und die Vorbereitung auf die Pubertät.

5. Welche Erfahrungen haben Sie damit gemacht?

Daniela F.: Schon der Einstieg in das Online-Training ist sehr einfach und übersichtlich gestaltet. Die einzelnen Seiten sind ansprechend und von Beginn an super strukturiert, da sie aufeinander aufbauen. Mir haben die kleinen versteckten Zitate, Bilder und Animationen sehr gefallen, es lockert einige Themen auf und sie haben mich öfters zum Schmunzeln gebracht. Zu Beginn wird



man mit den typischen alltäglichen Fettnäpfchen konfrontiert. Diese zu erkennen war schon sehr hilfreich und dann möchte man unbedingt wissen, wie sich das abstellen lässt, oder man es besser machen kann. Sehr hilfreich empfand ich hier die einzelnen Übungen mit Fallbeispielen zu jedem Kapitel.

6. Ist es gelungen, die Theorie in die Praxis umzusetzen?

Daniela F.: Ja, die Theorie in die Praxis umzusetzen ist mir in vielen Bereichen gelungen. Das Schöne ist, die Erfolge sind sofort sichtbar an den Reaktionen der Kinder und auch mein Partner hat davon schon profitiert – ein toller Nebeneffekt 😊. Es macht Spaß zu beobachten, wie auch kleine Erfolge Früchte tragen. Die Kinder sind glücklich und ich selbst bin motiviert und viel entspannter. Es geht in kleinen Schritten los mit der Beobachtung und der Selbsterkenntnis. Die „Umstellung“ haben auch die Kinder mitbekommen, wenn Mami sich bei einigen Sätzen öfters selbst korrigiert, fällt das auf, ist aber nicht weiter tragisch 😊. Ich konnte bisher feststellen, dass die Gespräche und Diskussionen mit den Kindern, viel öfters als vorher, zu einem gemeinsamen Ziel führen und nicht in Tränen und Frustration enden. So konnten wir auch den klassischen Dauerbrenner: Zähneputzen in den Griff bekommen. 😊 (Danke Kay! 😊)

7. Welche Tipps waren für Sie am wertvollsten?

Daniela F.: Wie kann ich mein Kind am besten mit einem „Nein“ konfrontieren? – Wie gehe ich mit Wutausbrüchen um- wie reagiere ich darauf am besten? Kann ich es schaffen, dass der tägliche Morgenstress vom Anziehen, Frühstück bis zum Kindergarten harmonischer verläuft? Wie bekomme ich einen Besuch bei Freunden und Verwandten so hin, dass ich am Ende keine zwei weinenden und schreienden Kinder mit nach Hause schleifen muss? In solchen Situationen habe ich mich am meisten hilflos gefühlt und nicht genau gewusst, wie ich darauf reagieren soll. Viele dieser Fragen konnte ich mit dem Eltern-Online Training beantworten. Für mich persönlich am Wertvollsten empfand ich die Übungen zum Aktiv Zuhören und das Aufzeigen der Möglichkeiten unsere Kinder respektvoll mit Dingen zu konfrontieren, die ich persönlich nicht mag oder schlecht empfinde. Dies mit einer gewissen Gelassenheit zu schaffen, daran übe ich jedoch ständig, da der Knopf zum Umschalten auf „ruhig Blut“ manchmal schlecht zu finden ist. 😊

* Name auf Wunsch der Mutter anonymisiert